

Утверждаю

Директор школы
МАОУ "НОШ № 5"

_____/Ким Наталья Анатольевна/

МЕНЮ
15 июля 2025 г.

ОЗДРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ	200	5,75	8,54	28,63	214,12
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	60	2,02	6,45	32,98	194,85
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,68	24,32	146,82
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				11,92	19,07	95,73	602,79
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ	100	1,36	10,17	7,69	128,22
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,24	5,24	16,44	122,24
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	10,25	8,31	46,52	301,82
2011	260	ГУЛЯШ	120	17,96	20,57	4,35	274,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	11,52	57,62
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,12	21,48	90,21
Итого				35,50	44,88	117,74	1 020,88
Всего				47,42	63,95	213,47	1 623,67

Заведующий производством _____ Перфильева Анна Валерьевна